KOBIETA w DOMU i SALONIE

-GAZETA PORANNA SWOIM CZYTELNICZKOM-

Nr. 26. Dodatek tygodniowy do Nr. 7600 z dnia 13. listopada 1925.
Pod redakcją JANINY PELEŃSKIEJ.

POGADANKA.

Lwów 12. listopada.

Przypominacie sobie, Miłe Panie, tego sympatycznego Pana Jowialskiego Fredry, który do każdej okoliczności życia w mig umiał przystosować przysłowie?

W mojej dzisiejszej pogadance mam ochotę zapatrzyć się na Pana Jowialskiego i zacząć od przysłowia, bo wszak w nich mieści się synteza refleksyj i doświadczeń życiowych.

Odnośnie do naszych rozważań na temat racjonalnego prowadzenia domu z zastosowaniem oszczędności czasu i pieniędzy, byłoby wskazane postępować w myśl przysłowia: „Tak krawiec kraje, jak mu materji staje...“ Zgodzicie się Panie, jak sądzę, z tem, że złym byłby krawiec tak nieopatrzny, który wyszukawszy sobie model według upodobania, zacząłby krajać suknię nie wymierzywszy wprzód, czy mu wystarczy materjału?... Mogłoby się potem łatwo zdarzyć, że brakłoby na rękaw, przód lub inną najpotrzebniejszą część kroju, bez której suknia obejść się nie może, podczas kiedy zużyłoby się materjał na zbędne falbany i inne sutsze przybrania.

To samo — lecz jeszcze w większej znacznie mierze, można zastosować do prowadzenia domu, zwłaszcza przy skromnych środkach materjalnych. Należy pilnie rozważyć wszystkie potrzeby domowe i według wysokości naszych dochodów zestawić je w racjonalny budżet.

A pierwszym warunkiem dobrego zestawienia takiego budżetu będzie, jeśli potrafimy krytycznie przeprowadzić granice między rzeczywistą potrzebą a luksusem...

Lecz oto postrzegam na twarzach niektórych z Moich Czytelniczek wyraz zadąsania...

— Cóż to, czy jesteśmy społeczeństwem anachoretów, którzy mają redukować swoje wymogi życiowe do ascetycznego minimum?

— Nie, bynajmniej. Dowiodłam już niejednokrotnie, że w moich radach i poglądach, nie jestem nigdy maksymalistką. Nie żądam jakichś nadzwyczajnych ofiar i wyrzeczeń, ale tylko rozsądku i umiarkowania. A zwłaszcza odnośnie do stopy życia nie uważam bynajmniej, aby dobrem było ograniczenie się do systemu Diogenesa naprzykład. Owszem, rozwój życia społecznego wymaga właśnie, przeciwnie, podniesienia tej stopy dla jak najszerszych mas ludności, o ile tylko się da. I poziom życia szerokich warstw jest nawet do pewnego stopnia sprawdzianem kultury i tężyzny danego narodu.

Więc nie w tym celu należy przeprowadzić tę linję między konieczną potrzebą a rzeczami do pewnego stopnia zbędnemi, aby się tych drugich wyrzec w zupełności, ale by w myśl zasady owego krawca po odmierzeniu naszych środków na ten nieodzowny krój zasadniczy, bez którego obejść się nie może — przydać następnie tyle ozdób, na ile nas stać — aby nie było rozpędu pełną parą po pierwszym, a wyziębionego kotła z powodu braku paliwa przed ostatnim miesiąca.

Ułożenie budżetu domowego jest zatem pierwszym warunkiem racjonalnej gospodarki.

Zaopatrzenie na cały miesiąc lub co najmniej na dwa tygodnie spiżarni w pewne artykuły spożywcze pozwala oszczędzić codzienne wiele czasu przy zakupach, jak to już w poprzedniej pogadance zaznaczyłam, a także pozwala na oszczędniejszy rozdział prowiantów.

To wczesne zaopatrzenie się należy zastosować nietylko do prowiantów, ale również — co rzecz bardzo ważna — do opału. I tu potrącamy już o kwestję jak najracjonalniejszego wyzyskania materjału, co również odgrywa ważną rolę w systemie Taylora a przeciw czemu w gospodarstwie domowem, zwłaszcza u nas w Polsce, popełnia się moc ciężkich grzechów.

Zaopatrzenie się w węgiel i drzewo w odpowiedniej porze, to jest z wiosną lub w lecie wpływa bardzo na wydajność tego opału, gdyż węgiel kupowany w jesieni, w porze słotnej, mokry, jest znacznie cięższy, więc wypada nam drożej; zaś drzewo, które od wiosny do jesieni przeschnie w piwnicy, jest co najmniej trzy razy tyle warte pod względem uzyskanego zeń ciepła, co drzewo świeże i mokre.

Ale nietylko na wczesnem zaopatrzeniu się w opał polega jego należyte wyzyskanie. Ogromnie ważnem jest tu racjonalne palenie, zwłaszcza pod kuchnią. Marnuje się tu zazwyczaj niezliczona ilość kalorji tylko z braku wszelkiej systematyki.

Jak za owych dawnych dobrych czasów, kiedy to opał był za bezcen, służące nasze rozpoczynają gotowanie obiadu od podpalenia pod kuchnią, przyczem zupełnie nie bierze się pod rozwagę, ile i jakie potrawy będą w danym dniu gotowane i ile czasu potrzeba na ich przyrządzenie.

Tu leży jednak sedno sprawy. Pani domu winna ułożyć sobie menu objadowe najlepiej już wieczorem dnia poprzedniego. Wtedy już należy też obmyśleć, co trzeba do tego menu zakupić i spisać na kartce wszystkie artykuły potrzebne, obliczyć, ile będą kosztować i wręczyć służącej kartkę i pieniądze. W ten sposób odciąża się wypełniony licznemi zajęciami poranek, zyskuje więcej czasu do sprzątania, unika zapomnień i ponownych posyłek i t. p.

Następnie — czy to już wieczór, czy rano, należy się zastanowić ile czasu potrzeba do przyrządzenia i ugotowania każdej z potraw, która winna być wcześniej, a która później gotowana, jak długo potrzeba czasu na rozpalenie ogniska. Według tego szematu dopiero należy przed rozpaleniem przygotować sobie wszystko co potrzeba, jak np. umleć mięso, czy przyrządzić drób, ryby itp., oczyścić, posiekać i w ogóle przysposobić jarzyny, utrzeć masę na legominy czy torty. A rozpalić wtedy, gdy już wszystko to przygotowane i stosując się do pory, na którą objad ma być gotowy. Przestrzegając tych zasad można należycie wykorzystać opał, a nadto zyskać na smakowitości i pożywności potraw, gdyż wiadomo, że wiele potraw, gdy są zbyt długo gotowane, tracą nietylko smak, ale i wartość odżywczą. Przy zestawieniu menu natomiast należy pamiętać o chemji i tak dobierać potrawy, aby w nich była zachowana odpowiednia proporcja potrzebnych dla organizmu ilości tłuszczu, węglowodanów, soli, protein, witaminów itp.

Również od stanu przysposobienia artykułów spożywczych do użytku w handlu zależy w znacznej mierze tak długość czasu, jakiego musimy użyć do zgotowania obiadu i innych posiłków, jak też ilość potrzebnego opału.

J. P.

Z dziedziny mody.

CZEGO JESZCZE W MODZIE NIE BYWAŁO.

Lwów 12. listopada.

Ben Akiba powiedział, że niema nic nowego pod słońcem. Ale moda ostatniego sezonu ubiega się o zaprzeczenie tego aksjomatu i w poszukiwaniu za nowością wprowadza rzeczywiście coś, o czem dotychczas nie śniło się — nietylko filozofom (co nie byłoby nic dziwnego, bo ci zazwyczaj mało się troszczą o modę, jakkolwiek



NOWA LINJA. PLECÓW.

1) **Suknia wieczorowa** z wycięciem na plecach, przysłoniętem różową crêpe georgette.

2) Głębokie wycięcie na plecach, garnirowane suto crêpe georgettą, która spływa w wachlarzach aż do ziemi.

nie wiadomo, czy z zupełną słusznością...), ale nawet najpomysłowszym mistrzom mody i elegancji paryskiej.

Ale teraz przecież ktoś z nich wyśnił tę rzecz niebywałą, która mimo swej pozornej absurdalności, znajduje wcale wdzięczne przyjęcie w świecie kobiecym...

Moda ta nie mniej, ni więcej, tylko urąga anatomji i fizjologji i z przodu robi tył, a z tyłu przód, przenosząc te wszystkie przybrania sukni jakie dotychczas były ściśle złączone z frontową częścią postaci kobiecej. na plecy. A więc kamizelki i wszelkiego rodzaju rewersy, fichu itp. umie-



Suknia wieczorowa z szerokim paskiem w stylu orjentalnym. Sposób noszenia kolji zaznacza modną dziś tendencję.

szcza się i drapuje nie z przodu, ale na plecach, na karku wiąże się węzły tak modnych obecnie fantazyjnych krawatek, na plecy opuszcza się sznury pereł i plecy wreszcie dekoltuje się aż do pasa niejednokrotnie — przyczem jako nikogo nie wprowadzająca zresztą w błąd przyzwoitka służy kolorowy tiul lub przejrzysta gaza, bądź w tonie sukni, bądź dla pań śmielszej natury w kolorze cielistym, tak, że zupełnie niemal nie odróżnia się od ciała i jest jakoby tylko symbolem jego przysłoniecia. Coś rodzajem odstępnego dla krzyczącej „gwałtu!" przyzwoitości. Dekoltaże takie spięte bywają często wielką kokardą bądź z aksamitki, bądź z materjału, który z pod kokardy opuszcza się na tył sukni jako draperja spływająca w dekoracyjnych fałdach aż do ziemi, tworząc pewnego rodzaju tren, dodający wspaniałości i wytworności krótszej toalecie.

Przy innych znowu toaletach faliste rewersy udrapowane przy wycięciu pleców przechodzą w wachlarzowe żaboty opadające aż do ziemi.

Suknie przybierane na plecach zamiast na przodzie, widzimy w toaletach popołudniowych, gdzie występuje ta nowość najczęściej jako kolorowa lub biała kamizelka oraz przez wprowadzenie do brytów tylnych fałdów, części kloszowych itp.

Najwięcej jednak kombinacji dopuszcza w tym kierunku suknia wieczorowa na rauty i wielkie zebrania towarzyskie.

I trzeba przyznać, że przy umiejętnem zaaranżowaniu wykonawcy i dobrym smaku nie jest ta nowa moda pozbawiona wdzięku i pozwala na wielkie urozmaicenie toalet.

Sylwetka kobieca w obecnym sezonie uległa wielkiej zmianie, ale nie można powiedzieć, aby to stało się z jej szkodą; przeciwnie, po okresie nadmiernej prostoty form doprowadzonej niemal do uniformowej jednostajności, powrót do bogatych draperji, fałdów, form dzwonowo kolistych nadaje, a raczej przywraca modnym paniom zatraconą już bardzo znacznie w ostatnich czasach cechy kobiecości.... a odwrócenie przodu i tyłu, niewiele w tem przeszkadza, bo wszak przez trening i sporty przód modnej kobiety tak mało się różni od plec, że te obie strony modelu mogą być bez śmieszności jednakowo ubrane... a wreszcie zależnie od kaprysu modna pani może tę samą suknię raz ubierać do przodu, a raz do tyłu, względnie przez ubieranie przodu na plecy w łatwy sposób suknię z lat poprzednich zmodernizować.

Nina.

Z kobiecego ruchu społecznego.

DZIAŁALNOŚĆ AMERYKAŃSKIEGO PARLAMENTU KOBIECEGO.

Lwów, 12. listopada.

W ubiegłym miesiącu miał miejsce w Waszyngtonie międzynarodowy kongres kobiecy, w którym oprócz licznych przedstawicielek Stanów Ameryki, wzięły udział delegatki stowarzyszeń kobiecych nietylko z Europy, ale również z innych części świata. Nadto w kongresie uczestniczyli także politycy mężczyźni, delegowani z różnych krajów i z różnych części świata.

Jednym z głównych punktów programu obrad była kwestja „Equil Rights", to jest równouprawnienie kobiet na całym świecie.

Kwestja ta, jakoteż i inne, bardziej specjalne a dotyczące społecznego stanowiska kobiety, były omawiane nietylko na oficjalnych posiedzeniach parlamentu kobiecego, ale również na herbatkach i zebraniach towarzyskich, urządzanych na cześć delegatów. I jak uczestnicy Zjazdu twierdzą, te drugie, nieoficjalne seanse, na których kobieta-polityk miała sposobność rozwinąć cały czar swego uroku kobiecego, stanowiącego od wieków najpewniejszą broń niewieścią, bardziej od pierwszych przyczyniły się do pozyskania popleczników dla politycznego ruchu kobiecego ostatniej doby, nawet z szeregów jego przeciwników.

Na kongresie omawiano przykładowo, jakie postępy zasada równouprawnienia czyni w poszczególnych krajach. Między innemi warto przytoczyć angielskie prawo dla bezrobotnych. Do pobierania zasiłków rządowych ma w Anglji takie same prawo bezrobotna kobieta, jak i mężczyzna. Natomiast wykluczeni są od pobierania zasiłków zarówno żona, której mąż ma posadę, jak i mąż, którego żona zarabia. Narodowa partja kobieca przyjmuje tę ustawę z zadowoleniem w imię równości praw.

Bardzo wyczerpująco była na kongresie omawiana sprawa utwierdzenia pokoju światowego, a rzeczniczki tej idei, między innemi słynna działaczka angielska, misstres Pethick-Lawrence podkreśliła, że w tej akcji na terenie międzynarodowej pracy kobiet, mogą kobiety położyć nieocenione zasługi i w tym kierunku głównie winne pracować.

Sprawie zniesienia prostytucji poświęcono także wielką wagę, przyczem zaznaczono, że niedawno obchodzono w Genewie pięciolecie zniesienia ustawy o prostytucji, a w ciągu ostatniego pięciolecia za przykładem Szwajcarji poszedł szereg innych państw, jak Wielka Brytanja, Czechosłowacja, Danja, Holandja, Norwegja, Szwecja itd. Kongres zwrócił się z wezwaniem do wszystkich państw, aby poszły za tym postępem.

Kwestji zwalczania zepsucia obyczajów i alkoholizmu poświęcono też wiele uwagi. Pozatem zastanawiano się szczegółowo nad stanowiskiem kobiety w poszczególnych krajach.

Słowem, działalność amerykańskiego parlamentu kobiecego obejmuje swojemi macierzyńskiemi skrzydłami cały świat i dąży nietylko do polepszenia doli kobiet, ale całego życia społecznego.

J. P.

Z hygjeny i pielęgnowania urody.

PORZĄDKI DOMOWE A PIECZA NAD URODĄ.

Lwów, 12 listopada.

Niejedna z Pań zastanawia się nad problemem, jak pogodzić prace domowe, zwłaszcza około utrzymania porządku z pielęgnowaniem urody, czego nie powinna zaniedbywać żadna kobieta. Jakkolwiek sprzątanie i krzątanie się około domu jest zajęciem zdrowem, bo stanowi rodzaj gimnastyki korzystnej dla zdrowia, to jednak ujemną stroną medalu jest tu stykanie się z kurzem i nieczystością, co bezwątpienia kryje dla piękności kobiecej duże niebezpieczeństwo. Już same środki pomocnicze, jakich się używać przy tem musi, a mianowicie, soda, ostre mydło, środki do czyszczenia metali posiadają własności żrące i zagrażają delikatności rąk. Przy zamiataniu i ścieraniu kurzów naraża się skórę oraz włosy również na ujemne wpływy. Jednakowoż przy należytej uwadze można zupełnie dobrze pogodzić obowiązki dobrej gospodyni domu z obowiązkami wobec swoje powierzchowności.

Aby to zadanie ułatwić naszym naszym Czytelniczkom podajemy poniżej kilka praktycznych rad w tym kierunku.

Przy robieniu porządków domowych bardzo polecenia godnem jest noszenie fartuszka w formie kitla z rękawami, co zapobiega opruszaniu się skóry.

Równie ważną jest ochrona włosów przed kurzem, aby zachować im połysk i czystość. W tym celu należy nosić na głowie zgrabny, twarzowy, a nader praktyczny czepeczek, lub też, kto woli, obwiązywać głowę barwną chustką.

Niemniej trzeba w tym wypadku dbać o skórę twarzy i rąk, które najwięcej są na kurz narażone. Najlepszym środkiem ochronnym jest tu natrzeć poprzednio twarz dobrym kremem, jako nadmiar zetrzeć następnie lekko watą, albo miękkim ręcznikiem, a nakoniec przypudrować dobrze czystym ryżowym pudrem. Ten zabieg nie pozwala na dostanie się kurzu do porów skóry. Po ukończeniu porządków zmyć twarz letnią wodą, a można być pewną, że cera nasza zupełnie nie ucierpi.

Trudniej przychodzi ustrzedz ręce od szkodliwych wpływów pracy domowej. Tutaj zaleca się w pierwszej linji, o ile tylko można, noszenie rękawiczek. Tak przy zamiataniu, ścieraniu kurzów, jak przy obieraniu jarzyn, ziemniaków itp. jest ta ostrożność koniecznie wskazana, jak niemniej przy robotach ogrodowych. Niemniej nie przy wszystkich robotach domowych jest to możliwe, jak np. przy praniu w pierwszej linji.

Tu zatem, jak i przy innych zresztą czynnościach domowych należy się uciec do dobrego kremu, który zmiękcza i wygładza skórę. Należy zatem kremem wytrzeć ręce przed i po pracy. Natomiast unikać trzeba zbyt częstego mycia rąk, zwłaszcza w gorącej wodzie, bo ręce z tego pękają i pryskają. Jeżeli zatem musimy zanurzać ręce w gorącej wodzie, to należy je potem opłukać wodą zimną, poczem wetrzeć nieco delikatnego kremu. Nie można przy tem zaniedbywać pielęgnacji paznogci, które nie powinny być ani za długie, ani za krótkie, a wieczór i rano trzeba je zawsze starannie natłuścić wazelina, ażeby zapobiedz łamaniu sie ich i zadzieraniu.

Często i nogi nużą sie niebylejak przy pracy domowej i bolą niemniej jak po odbyciu długiego marszu. Tu zalecić można z bardzo dobrym skutkiem kapiółkę w wodzie letniej, do której się dodaje nieco boraksu.

Jednem słowem, aby przy utrzymywaniu porządków domowych nie narazić na szwank swojej urody, należy i do swojej osoby zastosować jak najdalej idące utrzymanie czystości

Alfa.

Rady i wskazówki gospodarcze.

PIELĘGNOWANIE KWIATÓW.

Róże w jesieni. Ważną rzeczą dla przezimowania róż jest, aby w jesieni uchronić je od zbytniej wilgoci, bo im więcej wilgoci tem łodyga mniej schnie i staje się niewytrzymałą na mrozy. Dlatego jest wskazane opulchnienie ziemi około pnia róży, aby wilgoć mogła wsiąkać w ziemię. Nie należy natomiast obkładać ich nawozem. bo powinno się unikać wszystkiego, co sprowadza kiełkowanie. Z tego samego powodu nie należy się zbyt spieszyć z owijaniem pni na zimę.

Pelargonje w zimie należy trzymać w pokoju na oknie słonecznem — podlewać regularnie lecz skąpo. W ostateczności można je przetrzymać, ale już w początkach marca trzeba przenieść na światło.

*

SMAŻONA KIEŁBASA W SOSIE PIWNYM.

1 kg. surowej kiełbasy przysmaża się z dodaniem tłuszczu. Gdy puści sok, wlewa się do rondla pół flaszki piwa, wsypuje się nieco korzeni, tartą skórkę z chleba, tartą cebulę, kilka płatków cytryny. W tym sosie gotuje się kiełbasę 3 kwadranse. Następnie zaciąga się sos łyżką mąki kartoflanej lub pszennej i dodaje doń według smaku Maggi lub innego ekstraktu mięsnego.